Kopienas centra MĒS NODARBĪBU SARAKSTS 2026.gada **2.11. – 6.11.** tālr.**26688762; 27876984;** mes@diakonija.lv

Pirmdien 2.novembris	Otrdien 3.novembris	Trešdien 4.novembris	Ceturtdien 5.novembris	Piektdien 6.novembris
10.00-11.00 Angļu valoda A1 11.00-12.00 Angļu valoda A2	10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem 11;00-12:00 Angļu sarunvaloda B1	10.00-11.00 Angļu valoda A1 11.00-12.00 Angļu valoda A2	11;00-12:00 Angļu sarunvaloda B1	10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem
9.30 – 16.00 Masāža (ar iepriekšēju pierakstu)		11.00 – 12.00 SVĒTBRĪDIS 12.00 – 13.00 Sarunas ar mācītāju		11.00 – 12.30 Domubiedru grupa “Dziedot dzimu, dziedot augu”
11.30-13.00 Lasām Bībeli	12.00-13.00 Mācos runāt latviski. Iesācējiem 13.00-14.00 Mācos runāt latviski. Ar zināšanām	13.00 – 14.00 Dejas sēdus (ar video)	12.00-13.00 Mācos runāt latviski. Iesācējiem 13.00-14.00 Mācos runāt latviski. Ar zināšanām	12.30 – 14.30 Deju studija “Dejotprieks”
		13.00-16.00 Rokdarbi ar Initu Paožoli	13.00-15.00 Prāta un galda spēles	
14.00-16.00 Radošās idejas Tamborēšana	14.00-16.00 Apsveikumu gatavošana		14.00-16.00 Kulinārija 1.gr. (ar iepriekšēju pierakstu)	
	14.00 – 16.00 Mākslas darbi pēc parauga	16.00-19.00 Rokdarbu meistarklase	15.00 Ekskursija uz Mystero teātri (ar iepriekšēju pierakstu)	15.00 – 17.00 Atbalsta grupa ukraiņiem (ar iepriekšēju pierakstu)
14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”		14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”		14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”
9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)		9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)

Kopienas centra MĒS NODARBĪBU SARAKSTS 2026.gada **9.11. – 13.11.** tālr.**26688762; 27876984;** mes@diakonija.lv

Pirmdien 9.novembris	Otrdien 10.novembris	Trešdien 11.novembris	Ceturtdien 12.novembris	Piektdien 13.novembris
	10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem			10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem
9.30 – 16.00 Masāža (ar iepriekšēju pierakstu)		11.00 – 12.00 SVĒTBRĪDIS 12.00 – 13.00 Sarunas ar mācītāju	12.00-14.00 Kulinārija 2.gr. (ar iepriekšēju pierakstu)	11.00 – 12.30 Domubiedru grupa “Dziedot dzimu, dziedot augu”
	12.00-13.00 Mācos runāt latviski. Iesācējiem 13.00-14.00 Mācos runāt latviski. Ar zināšanām	13.00 – 14.00 Dejas sēdus (ar video)	12.00-14.00 Mācos runāt latviski Slokas ielā 161 k-2	12;30-15:30 Kino diena par aktrisi Lilitu Ozoliņu
14.00-16.00 Radošās idejas Pīšana		13.00-16.00 Rokdarbi ar Initu Paožoli	13.00-15.00 Prāta un galda spēles	12.30 – 14.30 Deju studija “Dejotprieks”
	14.00-16.00 Apsveikumu gatavošana		15.00 – 16.30 Lāčplēša dienai veltīts pasākums	
	14.00 – 16.00 Mākslas darbi pēc parauga	16.00-19.00 Rokdarbu meistarklase		15.00 – 17.00 Atbalsta grupa ukraiņiem (ar iepriekšēju pierakstu)
14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”		14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”		14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”
9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)		9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)

Kopienas centra MĒS NODARBĪBU SARAKSTS 2026.gada **16.11. – 20.11.** tālr.**26688762; 27876984;** mes@diakonija.lv

Pirmdien 16.novembris	Otrdien 17.novembris	Trešdien 18.novembris	Ceturtdien 19.novembris	Piektdien 20.novembris
	10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem	Latvijas Republikas proklamēšanas diena		10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem
9.30 – 16.00 Masāža (ar iepriekšēju pierakstu)	12.00-13.00 1.gr. Vingrošana 13.00-14.00 Nūjošana 14.00-15.00 2.gr. Vingrošana (ar iepriekšēju pierakstu)		12.00-13.00 1.gr. Vingrošana 13.00-14.00 Nūjošana 14.00-15.00 2.gr. Vingrošana (ar iepriekšēju pierakstu)	11.00 – 12.30 Domubiedru grupa “Dziedot dzimu, dziedot augu”
11.30-13.00 Lasām Bībeli	12.00-13.00 Mācos runāt latviski. Iesācējiem 13.00-14.00 Mācos runāt latviski. Ar zināšanām		12.00-14.00 Mācos runāt latviski Slokas ielā 161 k-2	
	14.00-16.00 Apsveikumu gatavošana		14.00-16.00 Kulinārija 1.gr. (ar iepriekšēju pierakstu)	12.30 – 14.30 Latvijas Republikas proklamēšanas dienai veltīts pasākums
14.00-16.00 Radošās idejas Tamborēšana	14.00 – 16.00 Mākslas darbi pēc parauga		13.00-15.00 Prāta un galda spēles	
			14.00-16.00 Kulinārija 2.gr. (ar iepriekšēju pierakstu)	15.00 – 17.00 Atbalsta grupa ukraiņiem (ar iepriekšēju pierakstu)
14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”				14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”
9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)		9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)

Kopienas centra MĒS NODARBĪBU SARAKSTS 2026.gada **23.11. – 27.11.** tālr.**26688762; 27876984;** mes@diakonija.lv

Pirmdien 23.novembris	Otrdien 24.novembris	Trešdien 25.novembris	Ceturtdien 26.novembris	Piektdien 27.novembris
10.00-11.00 Angļu valoda A1 11.00-12.00 Angļu valoda A2	10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem 11;00-12:00 Angļu sarunvaloda B1	10.00-11.00 Angļu valoda A1 11.00-12.00 Angļu valoda A2	11;00-12:00 Angļu sarunvaloda B1	10.00-11.00 Angļu valoda Iesācējiem
9.30 – 16.00 Masāža (ar iepriekšēju pierakstu)	12.00-13.00 1.gr. Vingrošana 13.00-14.00 Nūjošana 14.00-15.00 2.gr. Vingrošana (ar iepriekšēju pierakstu)	11.00 – 12.00 SVĒTBRĪDIS 12.00 – 13.00 Sarunas ar mācītāju	12.00-13.00 1.gr. Vingrošana 13.00-14.00 Nūjošana 14.00-15.00 2.gr. Vingrošana (ar iepriekšēju pierakstu)	11.00 – 12.30 Domubiedru grupa “Dziedot dzimu, dziedot augu”
11.30-13.00 Lasām Bībeli	12.00-13.00 Mācos runāt latviski. Iesācējiem 13.00-14.00 Mācos runāt latviski. Ar zināšanām	13.00 – 14.00 Dejas sēdus (ar video)	12.00-13.00 Mācos runāt latviski. Iesācējiem 13.00-14.00 Mācos runāt latviski. Ar zināšanām	13.00 – 15.00 Sadraudzība “Paldies, ka Tu esi”
	14.00-16.00 Apsveikumu gatavošana	No 12.00 Tikšanās ar brīvprātīgo Samantu Rimševicu (konsultācijas par apdrošināšanas jautājumiem) (ar iepriekšēju pierakstu)	13.00-15.00 Prāta un galda spēles	12.30 – 14.30 Deju studija “Dejotprieks”
14.00-16.00 Radošās idejas Pīšana	14.00 – 16.00 Mākslas darbi pēc parauga	13.00-16.00 Rokdarbi ar Initu Paožoli	14.00-16.00 Kulinārija 2.gr. (ar iepriekšēju pierakstu)	
	15.00 – 16.00 Slavēšana	16.00-19.00 Rokdarbu meistarklase		15.00 – 17.00 Atbalsta grupa ukraiņiem (ar iepriekšēju pierakstu)
14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”		14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”		14.00 – 15.00 Galda kopība “Ēd vesels!”
9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)		9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)	9.00 – 16.00 Veļas mazgāšana (ar iepriekšēju pierakstu)

Kopienas centra MĒS NODARBĪBU SARAKSTS 2026.gada **30.11. un sestdienas** tālr.**26688762; 27876984;** mes@diakonija.lv

Pirmdien 30.novembris	Sestdien 7.novembris	Sestdien 14.novembris	Sestdien 21.novembris	Sestdien 28.novembris
10.00-11.00 **Angļu valoda A1** **11.00-12.00** **Angļu valoda A2**	**10.00-11.30** **Anonīmo Alkoholiķu sadraudzība** **AA sapulces** **(ar iepriekšēju pierakstu pa tālruni 26688762)**	**10.00-11.30** **Anonīmo Alkoholiķu sadraudzība** **AA sapulces** **(ar iepriekšēju pierakstu pa tālruni 26688762)**	**10.00-11.30** **Anonīmo Alkoholiķu sadraudzība** **AA sapulces** **(ar iepriekšēju pierakstu pa tālruni 26688762)**	**10.00-11.30** **Anonīmo Alkoholiķu sadraudzība** **AA sapulces** **(ar iepriekšēju pierakstu pa tālruni 26688762)**
9.30 – 16.00 **Masāža** **(ar iepriekšēju pierakstu)**				
11.00-14.00 **Humānā palīdzība**	**12.00-14.00** **Atbalsta grupa un kopīgas aktivitātes mammām un vecmammām, kas audzina bērnus** **(sīkāka informācija pa tālruni 26688762)**	**12.00-14.00** **Atbalsta grupa un kopīgas aktivitātes mammām un vecmammām, kas audzina bērnus** **(sīkāka informācija pa tālruni 26688762)**	**12.00-14.00** **Eglīšu rotājumu gatavošanas mestarklase mammām un vecmammām, kas audzina bērnus** **(sīkāka informācija pa tālruni 26688762)**	**12.00-14.00** **Atbalsta grupa un kopīgas aktivitātes mammām un vecmammām, kas audzina bērnus** **(sīkāka informācija pa tālruni 26688762)**
14.00-16.00 **Radošās idejas Tamborēšana**				
14.00 – 15.00 **Galda kopība "Ēd vesels!"**				
9.00 – 16.00 **Velas mazgāšana** **(ar iepriekšēju pierakstu)**				